

# Iniciándote en la sádhana de Siddha Yoga

por *David Katz*

*En el día de Año Nuevo de 2023, los siddha yoguis del Áshram Shree Muktananda se reunieron para recibir el Mensaje de Gurumayi Chidvilasananda para el año en la Dulce Sorpresa. En este sátsang, David Katz dio la siguiente charla.*

¡Feliz Año Nuevo!

¡Feliz Año Nuevo a todos los que son expertos en medir el infinito!

Y ahora, quiero desear un feliz Año Nuevo a toda la creación que no está limitada por el tiempo. Feliz Año Nuevo a todos los siete continentes. Feliz Año Nuevo al firmamento. Feliz Año Nuevo a la tierra. Feliz Año Nuevo a todos los elementos. Feliz Año Nuevo a todas las diez direcciones.

Feliz Año Nuevo a todos los que tienen el privilegio de celebrar la *felicidad* de la *novedad* del nuevo año. Feliz Año Nuevo a todos los que han estado esforzándose, pues merecen recibir y experimentar la felicidad de la novedad del nuevo año.

Una vez más, quiero desearte a ti un feliz Año Nuevo, de la manera en que lo hacemos en el sendero de Siddha Yoga, diciendo: *¡Sadgurunath Maharaj ki Jay!*

Esta mañana nos hemos reunido todos aquí en la Sala Universal de Siddha Yoga para recibir el Mensaje de Gurumayi Chidvilasananda para 2023. Estamos aquí para recibir la guía de Gurumayi. Para todos nosotros que hemos estado en el sendero de Siddha Yoga durante muchos años, esta es una orientación sobre cómo podemos continuar nuestra *sádhana* de Siddha Yoga. Y para nuevos buscadores, es una guía sobre cómo empezar el sendero.

¡Estamos participando en la *Dulce Sorpresa 2023!* ¡*Jay Gurumayi!*

Mi nombre es David Katz, y es para mí un gran honor y deleite servir como anfitrión y uno de los charlistas del *sátsang* de hoy con Gurumayi.

Antes de recibir algo, siempre ayuda tener algún conocimiento de la importancia de lo que estás a punto de recibir. Por tanto, en mi charla de hoy compartiré contigo lo que he aprendido de mi propia *sádhana* de Siddha Yoga. He estado en el sendero de Siddha Yoga durante treinta y nueve años, luego de que me introdujera en él mi muy encantadora y talentosa esposa, Kashmiri, quien también ha sido mi compañera de *sádhana* todos estos años. El conocimiento que he obtenido a lo largo de mis años de *sádhana* me ha beneficiado enormemente para saber cómo recibir los Mensajes de Gurumayi para el año, y cómo practicarlos.

En todo el mundo —a lo largo y ancho de continentes, culturas y tradiciones—, las personas se acercan al primer día del nuevo año con gran expectación, reverencia y celebración. El primer día del año nuevo es acogido como una nueva oportunidad de comenzar desde cero, de renovar nuestra perspectiva, y de avanzar hacia el futuro con nuevo propósito y nuevo entusiasmo.

En el sendero de Siddha Yoga, el 1º de enero es de verdad un momento en el tiempo único y poderoso. En este día, es nuestra gran buena fortuna el recibir el Mensaje de Gurumayi para el Año Nuevo. Nos brinda a todos nosotros en el *sangham* global de Siddha Yoga la oportunidad de avanzar colectivamente en nuestro crecimiento espiritual. Hay una gran fuerza en nuestra intención compartida y un sincero deseo de hacer juntos un progreso real en la *sádhana*.

Esta tradición de ofrecer un Mensaje para el Año Nuevo fue establecida por Gurumayi en 1991. Es la suprema expresión de la compasión de Gurumayi, y se ha convertido en un pilar del sendero de Siddha Yoga.

Exploremos esto un poco más. Y empecemos preguntando: “¿Qué es el sendero de Siddha Yoga?”.

El sendero de Siddha Yoga es la respuesta del Guru al anhelo de nuestro corazón de conocer a Dios. El sendero que nos ha mostrado el Guru es de disciplina, estudio y contemplación. Y, gracias a que somos ya bendecidos por la sola presencia del Guru, este es un sendero de devoción y servicio. Para atesorar realmente las enseñanzas del Guru, es importante que nosotros, como discípulos, practiquemos estas enseñanzas, las asimilemos y las pongamos en acción.

La extraordinaria alquimia que ocurre en la relación Guru-discípulo empieza con *shaktipat diksha*, el despertar de Kundalini Shakti en el discípulo por medio de una transmisión directa de la gracia del Guru. Esta iniciación es primordial.

¿Por qué? Porque el poder de la Kundalini despierta apoya los esfuerzos que hacemos en la *sádhana* para purificar la mente y los sentidos, y para experimentar nuestra unidad con Dios. Solamente un Siddha Guru, quien está establecido permanentemente en la experiencia del Ser supremo, puede otorgar la iniciación por *shaktipat*.

Después de *shaktipat*, el Guru continúa guiando el despliegue de la Kundalini Shakti despierta. Esta guía es ofrecida a través de las enseñanzas y prácticas del sendero de Siddha Yoga, y es en este contexto que podemos entender el significado del Mensaje de Gurumayi para el año.

Como Gurumayi dice:

Cuando escuches el Mensaje,  
quiero que sepas que ésta es una iniciación para todo el año.  
El poder del Mensaje infundirá gracia en tu entendimiento y tus  
esfuerzos.<sup>1</sup>

Quiero que dediques un momento a pensar en ello.

Yo me sentí muy reconfortado al escuchar lo siguiente de Gurumayi: que su Mensaje es una *iniciación* para todo el año.

Ahora, por un momento veamos más de cerca la palabra *iniciación*.

La palabra *iniciación* viene de la raíz latina *initiatum*, que significa “la acción o proceso de iniciar o empezar algo”. En muchas tradiciones espirituales, ser iniciado se considera una especie de consagración. Y consagrar algo significa hacerlo o declararlo sagrado.

Con este conocimiento a la mano, podemos entender mejor la importancia de lo que vamos a recibir hoy de Gurumayi. Y es nada menos que un nuevo comienzo sagrado en la *sádhana* del sendero de Siddha Yoga, infundido de *guru-kripa*, la gracia del Guru.

A veces me pregunto: ¿Por qué Gurumayi eligió dar un Mensaje para todo el año? Gurumayi ofrece enseñanzas todo el tiempo. Cuando Gurumayi nos habla en persona, está dando sus enseñanzas. Cuando Gurumayi escribe, está dando sus enseñanzas. Cuando Gurumayi da una charla, cuando Gurumayi nos visita en sueños, cuando Gurumayi nos habla en nuestro corazón mientras estamos, por decir, recitando la *Shri Guru Gita* o caminando en el andén del transporte subterráneo, en todos esos momentos Gurumayi está dando sus enseñanzas. Gurumayi ha escrito libros y compuesto volúmenes de poesía en los que imparte sus enseñanzas. Las enseñanzas están disponibles si queremos aprenderlas, si queremos hacerlas parte de nuestro conocimiento y experiencia de vida, un aspecto integral de nuestra *sádhana*.

Entonces, por todo lo anterior, ¿por qué *es* que Gurumayi ha dado un Mensaje para todo el año?

Se me ocurre un pensamiento: podría ser porque... Gurumayi nos conoce *realmente* bien.

Cuando a algo se le da un lugar preponderante de la misma manera en la que se le ha dado al Mensaje para el año; cuando su propósito y significado nos son explicados, entonces estamos a la altura de las circunstancias. Descubrimos una forma de valorar eso que estamos recibiendo. También descubrimos en nosotros

esta virtud llamada *compromiso*, el compromiso de seguir el mandato, de embeber el Mensaje.

Y sobre el tema de que Gurumayi nos conoce muy bien, quiero compartir otro pensamiento que he considerado sobre por qué Gurumayi da un Mensaje cada año. Muchas personas con las que he hablado, y muchas otras que han compartido en el sitio web del sendero de Siddha Yoga, han dicho que el Mensaje de Gurumayi les llega en el momento exacto. Esas palabras de Gurumayi eran *justo* lo que necesitaban escuchar.

Al mismo tiempo, quiero dejar claro que el Mensaje de Gurumayi es atemporal. Cada Mensaje es un mantra, cada Mensaje es un sutra. Puedes pasar eones desentrañando su significado; así de inagotable es su sabiduría.

Ahora, cómo y cuándo Gurumayi decide que ese es el Mensaje que quiere ofrecer en un determinado año, ¡no lo sé! Y me alegra mucho no saberlo.

Lo que *puedo* decir es que el impacto que el Mensaje de Gurumayi tiene en nuestra vida es inconmensurable. Llega al corazón de los buscadores independientemente de sus creencias religiosas, su cultura o su edad. El Mensaje de Gurumayi es una enseñanza universal.

Escucha ahora mientras te comparto la experiencia de una buscadora sobre el Mensaje de Gurumayi para 2014. Esta mujer era monja de la Orden Dominicana de la Iglesia católica y lo había sido durante casi sesenta años. En agosto de 2015 visitó el Áshram Shree Muktananda. Y estaba tan agradecida de visitar el Áshram y de recibir el *darshan* de Gurumayi, que solo pudo describir sus sentimientos por medio de expresar su gratitud por su Mensaje de Gurumayi favorito. La monja dijo:

¿Cómo hablas sobre algo que es tanpreciado dentro de ti? Me encanta el Mensaje de Gurumayi: “El sonido insonoro surge y se disuelve en el espacio de quietud impecable”. Cuando leí eso, lo

puse en un letrero y lo colgué en una de las entradas del convento, para que los muchachos de secundaria pudieran verlo.

Hay algo profundo dentro de cada uno de nosotros; podemos llamarle la Perla Azul, o podemos llamarle la presencia de Dios. Ese Mensaje de Gurumayi me tocó interiormente, en un espacio profundo de silencio. ¿Quieres saber lo que Dios es? Es tú, es yo, es la presencia de Dios en la naturaleza. No puedo agradecerte lo suficiente, Gurumayi, por lo que me has dado hoy.

Escuché de uno de los miembros del staff de la Fundación SYDA, que es amigo de esta monja, que ella ha continuado hablando sobre el profundo impacto que el Mensaje de Gurumayi para 2014 ha tenido en ella. Ha despertado la presencia de su maestro, Jesús, en su corazón.

La experiencia que tuvo esta monja, y esta idea de que las enseñanzas del Guru, y especialmente el Mensaje de Gurumayi, pueden provocar en nosotros despertar tras despertar, me recuerda la gran sabiduría de los sabios y videntes de la India. Esta sabiduría ha sido documentada en muchas escrituras y textos filosóficos de la antigüedad.

Siempre he encontrado que las escrituras de la India son un pozo profundo de conocimiento que ayuda a iluminar mis propias experiencias en el sendero de Siddha Yoga y mi entendimiento de las enseñanzas de Gurumayi. Y, durante muchos años, he tenido el privilegio de poder expandir mi entendimiento de qué tan profundo es ese pozo, en mi calidad de presidente y jefe del Consejo Directivo del Instituto Muktabodha de Investigación Indológica (*Muktabodha Indological Research Institute*). El Instituto fue fundado por Gurumayi en 1997 para apoyar la preservación de los antiguos textos escriturales de la India. A la fecha, ha preservado digitalmente más de tres mil manuscritos.

Para citar la *Katha Upanishad*:

कवयो वदन्ति

*kavayo vadanti*

Los sabios dicen...

उत्तिष्ठत जाग्रत प्राप्य वरान्निबोधत

*uttiṣṭhata jāgrata prāpya varānnibodhata*

“Levántate, despierta, acércate a los grandes seres y aprende de ellos”.<sup>2</sup>

Que nosotros, mis queridos compañeros *sádhakas*, entendamos la importancia de lo que es estar despierto. Y entonces, démonos un codazo *mutuamente* para despertar. Cuando nos veamos a nosotros mismos o a otros empezar a dormitar, hagamos brillar la luz de las enseñanzas de Gurumayi —la luz del Mensaje de Gurumayi— en el sendero mutuo.

En el año 2008, Gurumayi dio el nombre de *Dulce Sorpresa* al *sátsang* en el que ella imparte su Mensaje. Gurumayi explicó que es una *sorpresa* porque podemos recibir su Mensaje para el año en cualquier formato.

Y sin importar *cuál* formato tome el Mensaje, quiero recordarnos a todos que el gran regalo de un Mensaje para todo el año es que tenemos abundante tiempo para estudiar y poner esta enseñanza en práctica; para enfocarnos en él como lo haríamos con un prisma y descubrir las muchas formas en que su luz se refleja y refracta en nuestra vida.

No puedo decirte el número de veces que el Mensaje de Gurumayi para el año 1996, “*Lléname de entusiasmo y canta la gloria de Dios*”, ha sido mi balsa salvavidas durante situaciones retadoras. Y este año pasado, 2022, solo una palabra del Mensaje de Gurumayi, “*Escucha*”, fue todo el recordatorio que necesité para, antes de actuar, detenerme, respirar profundo, y sintonizarme con lo que se necesitaba en el momento.

Por supuesto, todos nosotros conocemos la palabra *escuchar*. Yo trabajé durante treinta y cinco años como neurocientífico y profesor de escuela de medicina. Y

ciertamente hice todo lo posible para intentar y asegurar ¡que mis alumnos me escucharan!

No obstante, cuando escucho de mi Guru esta palabra, “Escucha”, resuena en mi mente de manera diferente. Resuena con la vibración del *sankalpa* del Guru que recibí en la forma del Mensaje de Gurumayi para 2022. Resuena a un nivel que trasciende mi mente. Me lleva a un lugar en mi interior donde sé, sin ninguna duda: “Yo soy Eso soy yo”.

Somos *muy* bendecidos por estar en el sendero de Siddha Yoga. Y para todos los nuevos buscadores que participarán en la *Dulce Sorpresa* por primera vez y recibirán el Mensaje de Gurumayi — mismo que transformará su vida —, quiero que sepan que se están embarcando en un peregrinaje sagrado. Están iniciándose en la *sādhana* de Siddha Yoga.



© 2023 SYDA Foundation®. Derechos reservados.

---

<sup>1</sup> Gurumayi Chidvilasananda, *La sādhanā del Corazón* Vol. I (Siddha Yoga Dham de México, A. C. 2007) pp. 103-104.

<sup>2</sup> Basado en la *Katha Upanishad* 1.3.14; traducción al inglés © SYDA Foundation.